

KURSE HORNER BAD 2023



UNSERE AQUA FITNESSKURSE

| KURS | MONTAG | DIENSTAG | MITTWOCH | DONNERSTAG | FREITAG | KATEGORIE BECKEN |
|---------------------------------|--------------------------------|--|---------------|--------------------------------|---|--------------------|
| Aqua Fitness | | 08.15 - 09.00 09.00 - 09.45 17.45 - 18.30 18.30 - 19.15 | 09.45 - 10.30 | 09.00 - 09.45 | | 3 Kursbecken |
| Aqua Jogging | | | | | 09.00 - 09.45 | 3 Kombi-Becken |
| Aqua Power | 17.45 - 18.30 18.30 - 19.15 | | | 18.15 - 19.00 | | 2 Kursbecken |
| NEU: Aqua Boot Camp HIIT | | | | 19.00 - 19.30 19.30 - 20.00 | | |
| Aqua Bauch Beine Po | 17.00 - 17.45 | | | 09.45 - 10.30 | | 2 Kursbecken |
| Aqua Rücken Fit | | 10.00 - 10.45 10.45 - 11.30 17.00 - 17.45 | | | | 2 Kursbecken |
| Aqua Jump | | | | | 16.15 - 17.00 17.00 - 17.45 17.45 - 18.30 | 1 Kursbecken |
| SUP Yoga* | | | 19.00 - 20.00 | | | 1 Kursbecken |
| NEU: Aqua Fit mit Baby | | | 10.30 - 11.15 | | | 2 Kursbecken |

→ Aqua Training-Kurs mit Beckenbodentraining, Startempfehlung frühestens 8 Wochen nach der Geburt.
Ihr Baby bringen Sie einfach mit zum Kurs und behalten den Babysitz vom Kursbecken aus im Blick!

UNSERE SCHWIMMKURSE

| KURS | MONTAG | DIENSTAG | MITTWOCH | DONNERSTAG | FREITAG | KATEGORIE BECKEN |
|-----------------------|---|---|---|--------------------------------|--------------------------------|--------------------|
| Stadtmusikanten Plus | 15.15 - 15.45 16.00 - 16.30 | 15.00 - 15.30 15.45 - 16.15 | | 15.15 - 15.45 16.00 - 16.30 | 14.30 - 15.00 15.15 - 15.45 | 3 Kursbecken |
| Seepferdchen Anf. | Mo + Mi 15.00 - 15.30 15.45 - 16.15 | | Mo + Mi 15.00 - 15.30 15.45 - 16.15 | 15.15 - 16.00 | 15.15 - 16.00 16.15 - 17.00 | 3 Kombi-Becken |
| Seepferdchen Fort. | Mo + Mi 16.30 - 17.00 | | Mo + Mi 16.30 - 17.00 | 16.15 - 17.00 17.15 - 18.00 | | 3 Kombi-Becken |
| Bronze | 17.15 - 18.00 | 16.30 - 17.15 17.30 - 18.15 18.30 - 19.15 | | | | 3 Kombi-Becken |
| Silber/Gold | | | 17.15 - 18.00 | 18.15 - 19.00 | | 3 Kombi-Becken |
| Kraulschwimmen Anf. | 18.15 - 19.15 | | | | | 2 Kombi-Becken |
| Kraulschwimmen Fortg. | | | 18.15 - 19.15 | | | |

TERMINE

| STAFFEL | VON | BIS | FREIER VERKAUF |
|---------|----------|----------|----------------|
| 1 | 02.01.23 | 19.03.23 | 05.12.22 |
| 2 | 20.03.23 | 05.06.23 | 20.02.23 |
| 3 | 06.06.23 | 02.10.23 | 08.05.23 |
| 4 | 03.10.23 | 22.12.23 | 04.09.23 |

- **Staffelkarten** sind bis zur ersten Kursstunde erhältlich. Danach können Einzeltickets erworben werden.
- **Jahreskarten** sind während der Verkaufszeiträume für die erste Staffel des nächsten Kalenderjahres erhältlich.
- Bei Zahlung mit der **Bäderkarte** (ab Silber) erhalten Sie 5% Rabatt auf die angegebenen Staffelpreise.

PREISE

| KAT. | JAHRESKARTE | STAFFELKARTE | EINZELKARTE |
|------|-------------|--------------|-------------|
| 1 | 423,80 EUR | 123,70 EUR | 14,00 EUR |
| 2 | 392,70 EUR | 114,60 EUR | 13,30 EUR |
| 3 | 382,10 EUR | 110,80 EUR | 12,60 EUR |
| 1 | - | - | 12,80 EUR |
| 2 | - | - | 10,60 EUR |
| 3 | - | - | 9,40 EUR |

*SUP Yoga: Kursdauer 60 Min., Staffelparte: 180,90 EUR

Wir bieten ganzjährig, auch in den Schulferien, **Schwimmkurse** an, die in der Regel 10 Einheiten umfassen. Bitte erfragen Sie **Kurstermine** und **freie Kursplätze** per E-Mail an schwimmkurs@bremer-baeder.de.

Kurs-Anmeldung vor Ort im Horner Bad oder im Bremer Bäder-Shop bei SportScheck in der Sögestraße 22 (4. Etage).

Anfragen zu den Kursen per Mail unter → shop@bremer-baeder.de

Bitte beachten Sie, dass es zu Änderungen der Kurse und Kurszeiten kommen kann. Stand: Januar 2023